

Welke soorten zijn er?

	Anticonceptie- pil	Anticonceptie- pleister	Anticonceptie- ring	Hormoon- spiraal	Koper- spiraal	Prikpil	Hormoon- staafje	Mannen- condoom	Vrouwen- condoom	Pessarium	Natuurlijke methoden ³
Betrouwbaar¹ bij goed gebruik	++	++	++	++	++	++	++	+	+	+ ²	+/-
Let op je kunt hem vergeten of fouten mee maken	!	!	!					!	!	!	!!
Voor wie											
Beschermt tegen soa	nee	nee	nee	nee	nee	nee	nee	ja	ja	nee	nee
Met hormonen	ja	ja	ja	ja	nee	ja	ja	nee	nee	nee	nee
Moet arts inbrengen	nee	nee	nee	ja	ja	ja	ja	nee	nee	nee	nee
Menstruatie regelen	ja	ja	ja	nee	nee	nee	nee	nee	nee	nee	nee
Menstruatie lichter	ja	ja	ja	ja	nee	ja	ja	nee	nee	nee	nee
Tussendoor bloeden mogelijk	nee	nee	nee	ja	nee	ja	ja	nee	nee	nee	nee
Hoe vaak aan denken	iedere dag	1x per week	1x per maand	1x per 5 jaar	1 à 2x per 10 jaar	1x per 3 maanden	1x per 3 jaar	alleen als je seks hebt	alleen als je seks hebt	alleen als je seks hebt	iedere dag en als je seks hebt

¹ Langdurende anticonceptie is het meest betrouwbaar.

Wat is een soa?
Een soa is een seksueel overdraagbare aandoening. Het is een infectie die je kunt oplopen bij onveilig vrijen.

Wat is Double Dutch?
Double Dutch wil zeggen: condoom plus pil (of andere betrouwbare anticonceptie). De pil beschermt tegen zwangerschap, het condoom tegen soa's. Je bent met Double Dutch dus optimaal beschermd.

² Alleen met zaaddodende pasta.

³ Hierbij heb je geen seks tijdens de vruchtbare periode. Lees meer over de natuurlijke methoden in de folder op pagina 16.

anticonceptievoorjou.nl

voor hulp bij je keuze!